

Die LCHF Weihnachtsgeschichte (Margret Ache)



Es begab sich zu der Zeit, als ein Gesetz von Königin Nele ausging, dass alle Elfen nach Elfania kommen müssen. So machten sich auch Linus und Elin aus Kungania mit ihren Kindern Stella und Sofia auf den Weg.



Königin Nele hatte in den letzten Jahren beobachtet, dass die Elfen immer träger geworden waren und ihre Leichtfüßigkeit verloren hatten. Deshalb hatte sie den Krisenstab zusammengerufen. Nach vielen Diskussionen hatte sie Elfen in alle Welt ausgesandt, um eine Lösung für dieses Problem zu finden.



Schnell hatten die klugen Elfen, die Situation analysiert. Es hing ganz eindeutig mit der Ernährung zusammen. Alle Elfen die sich an die Ratschläge hielten, die den Menschen galten, hatten ihre Leichtigkeit verloren. Das war in Tivedania, Finnerania und in vielen anderen Elfenländern zu sehen. Kungania jedoch war die Ausnahme. In dem Elfenland, das in Schweden angesiedelt war, gab es noch diese Leichtfüßigkeit im Elfenreich.



Alle Elfen waren gespannt, was es mit dem Befehl von Königin Nele auf sich hatte. Für die meisten Elfen war der Weg nach Elfania sehr beschwerlich. Ihnen fehlte die Energie für diese lange Strecke. Da half auch das leckere Essen von reichlich Obst und Kuchen wenig. Es gab nur einen kurzen Energieschub. Danach wurden sie schnell wieder müde und der Hunger war wieder da.



Nur Linus und Elin mit ihren Kindern viel der Weg leicht. Nach leckeren Mahlzeiten waren sie voller Energie und konnten stundenlang laufen. Ja, oft sangen und tanzen sie ihrem Ziel entgegen.



Einige Kilometer vor Elfania trafen sie auf andere Elfen, die gerade eine Rast machen wollten. Sehr herzlich viel die Begrüßung untereinander aus. Es wurde beschlossen, zusammen zu essen. Doch welch Erstaunen, als die Lebensmittel ausgepackt wurden. Linus und Elin hatten Eier, Avocado, Käse, Salami und Kaffee mit Sahne dabei. Die anderen Elfen jedoch Brot, Margarine, Putenwurst, Kuchen und Cola. Verwundert sah jeder die Lebensmittel des anderen an. Schnell entstand, so ganz nach Elfenart, eine rege Diskussion über das Essen. Kaysa und ihre Weggefährten erzählten, dass sie diese Ernährung bei den Menschen abgeschaut hätten. Linus und Elin berichteten, dass die Menschen in Schweden zum Teil auch so essen würden. Jedoch würde es immer mehr Menschen geben, die zur Elfennahrung gewechselt hätten. Also viel gutes Fett und maximal 50 Gramm Kohlenhydrate am Tag. Dadurch hätten viele Menschen die Leichtfüßigkeit der Elfen erlangt. Betreten sah Kaysa ihre Weggefährten an. Bei allen liefen die gleichen Gedanken ab. Plötzlich wurde ihnen bewusst, es stimmte, dass neue Essen machte träge. Sie hatten fast ständig Hunger, komische Krankheiten und Wehwehchen waren in ihr Leben eingezogen.



So kam es, dass Linus und Elin ihr Essen mit den anderen Elfen teilten. Alle waren nach der Mahlzeit zufrieden. Es wurde beschlossen, gemeinsam weiterzugehen. Bald schon sahen sie den Elfenturm von Elfania. Das Ziel war zum Greifen nah. Freude machte sich breit.



Ganz Elfania hatte sich auf das Eintreffen der Elfen aus allen Ländern vorbereitet. Eine riesige Tafel war mit Köstlichkeiten gedeckt. Königin Nele strahlte Zufriedenheit aus. Sie hatte ein gutes Gefühl für die anstehende Rede.



„Liebe Schwestern und Brüder aus allen Elfenländern der Welt. Vielen lieben Dank, dass ihr meiner Einladung gefolgt seid. Es gibt für mich einen sehr wichtigen Punkt für diese Zusammenkunft, den Verlust unserer Leichtfüßigkeit. Lange haben wir überlegt, wie konnte es dazu kommen. Meine Beobachterelfen wurden deshalb in die ganze Welt geschickt. Zum Glück sind wir zu einem Ergebnis gekommen. Die meisten Elfen sind in den letzten Jahrzehnten den Ratschlägen für Menschen gefolgt, in dem Glauben sich etwas Gutes zu tun. So sind sie diesen Glaubenssätzen erlegen:

- Kalorien sind Kalorien, völlig gleichgültig woher sie kommen.
- Es geht einzig und allein um die Balance zwischen Kalorien rein und Kalorien raus.
- Menschen sind dick, weil sie sich nicht genügend bewegen.
- Das Frühstück ist die wichtigste Mahlzeit am Tag.



Doch besinnt euch zurück zur Elfennahrung, die für Leichtfüßigkeit und Gesundheit steht. Wir aßen nur natürliche Lebensmittel, wir aßen den Jahreszeiten entsprechend. Zum Glück hat sich auch bei den Menschen in Schweden eine Bewegung breit gemacht, die Elfenessen favorisiert. Es wurde reichlich untersucht und für gut befunden. Lasst uns eine Kehrtwendung machen, zurück zur Leichtigkeit und Gesundheit. So, wie es uns in Kungania vorgelebt wird. Seht euch Linus und Elin an. Seht euch Stella und Sofia an. Sie sind das beste Beispiel für uns, ihnen ist der Weg hierher so leicht gefallen. Das liegt daran, dass sie die ursprüngliche Elfennahrung essen, was die Menschen heute LCHF nennen. Zur Feier des Tages habe ich den zurzeit populärsten LCHF Arzt Schwedens eingeladen, Dr. Eenfeldtius, dem Kostdoktor. Er wird begleitet von den Menschen, die diese Bewegung erst möglich gemacht haben, von Herrn Skaldemanius und Frau Dr. Dahlqvistius. Herzlich willkommen.“



Ohrenbetäubender Jubel brach unter den Elfen aus. Das hatte es noch nie gegeben, Menschen in einer Elfenrunde. Das war ja wie im Märchen. Nun wussten alle, es wird ein gutes Ende geben. Die Elfen werden ihre Leichtigkeit zurückbekommen. Die Menschen werden die Möglichkeit haben, sich an den Menschen zu orientieren, denen es wirklich um die Gesundheit ihresgleichen geht.



Gebannt lauschten die Elfen den Vorträgen der Menschen. Manche schlossen die Augen, hörten andächtig zu. Und plötzlich war alles wie früher, sie spürten die Leichtigkeit, die Energie, fühlten sich gesund und lebendig.



Königin Nele hatte ihnen das größte Weihnachtsgeschenk gemacht. Ihnen die Augen geöffnet und das Leben wieder in die richtige Bahn geführt.



Die Menschen mischten sich nach den Vorträgen unter die Elfen. Nun wurde zusammen gefeiert, so wie schon lange kein Fest mehr in Elfania gefeiert worden war. Die Menschen waren ebenso begeistert wie die Elfen.



Selbst die Sterne am Himmel konnten sich der Magie von Elfania nicht entziehen und so formierten sie sich am Himmel zu einem

